



# EMENTA



Centro Social e Cultural de Barrovelas

Semana: 22.03.2021 a 26.03.2021

Dias da Semana	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Refeiçõe s					
<b>Reforço da Manhã</b>	<b>Leite</b> com cevada <b>Pão</b> com manteiga	<b>Leite</b> com cevada <b>Pão</b> com manteiga	<b>Leite</b> com cevada <b>Pão</b> com manteiga	<b>Leite</b> com cevada <b>Pão</b> com manteiga	<b>Leite</b> com cevada <b>Pão</b> com manteiga
<b>Almoço</b>	<b>Sopa</b> abóbora <b>Prato</b> almôndegas com arroz primavera <b>Sobremesa</b> pêssego ou maçã <b>Bebida</b> água	<b>Sopa</b> espinafres <b>Prato</b> peru estufado com massa salada mista <b>Sobremesa</b> laranja ou maçã <b>Bebida</b> água	<b>Sopa</b> creme de legumes <b>Prato</b> peixe à gomesá <b>Sobremesa</b> melão ou maçã <b>Bebida</b> água	<b>Sopa</b> couve - flor <b>Prato</b> jardineira <b>Sobremesa</b> pêra ou maçã <b>Bebida</b> água	<b>Sopa</b> brócolos <b>Prato</b> peixe estufado com arroz de tomate <b>Sobremesa</b> uvas ou maçã <b>Bebida</b> água
<b>Lanche</b>	<b>Leite</b> com cevada <b>Pão</b> com manteiga fruta	<b>Iogurte</b> de aromas <b>Pão</b> com marmelada fruta	<b>Leite</b> com cevada <b>Pão</b> com queijo fruta	<b>Iogurte</b> de aromas <b>Pão</b> com doce fruta	<b>Leite</b> com cevada <b>Pão</b> com manteiga fruta

**Nota: Ementa sujeita a alterações.**